

ABSTRAKT

Název:

Vliv zdravého životního stylu na prevenci civilizačních chorob.
Healthy life style's influence on civilization diseases prevention.

Cíl práce:

Posouzení životního stylu cvičenců hromadné pohybové skladby Pohoda v průběhu přípravy na Světovou gymnastradu v r. 2007 a dále výběr a souhrn poznatků o případných zdravotních ohrožení vyplývajících ze zjištěných somatických údajů a dotazníkového šetření.

Metoda:

Výzkum byl prováděn formou dotazníkového šetření a antropometrickým měřením se 346 respondenty, kteří se zúčastnili nácviků hromadné pohybové skladby Pohoda (15.10 2005. – 18.6. 2006). Zastoupeny byly ženy i muži různých věkových kategorií.

Výsledky:

Budou sloužit jako východisko k dalšímu zkoumání v rámci výzkumných úkolů zaměřených zejména na program boje proti civilizačním nemocem, proti obezitě a na rozšíření nabídky vhodných pohybových aktivit pro dospělou populaci a seniory.

Klíčová slova: Zdravý životní styl, wellness, srdečně – cévní onemocnění, obezita, hypertenze, diabetes mellitus, dyslipidémie, nekuřáctví, pohybová aktivita.